

# Särky|lääke- päänsärky

”Töissä oli ollut kiirettä jo pidemmän aikaa. Jotenkin se vain lipsahti siihen, että aloin ottamaan lääkettä yhä useammin ja useammin – otin jopa etukäteen varmistaakseni, ettei särky vain tulisi. Nyt en enää pääse sängystä ylös ilman pilleriä.”



# Päänsärkylääkkeiden turvallisuus

**Päänsärkylääkkeiden satunnainen käyttö on tehokasta ja turvallista. Lääkkeet nopeuttavat toimintakyvyn palautumista ja parantavat elämänlaatua.**

Päänsärkylääkkeitä voi kuitenkin käyttää vain rajallisen määrän ilman, että niistä seuraa vakavia haittavaikutuksia. Ensimmäiseksi kehittyvä haittavaikutus on päänsärky! Liikakäytön jatkuessa myös mahahaava tai maksa- tai munuaisvauriot ovat mahdollisia.

## Mitä tarkoittaa särkylääkepäänsärky?

Särkylääkepäänsärky on jokapäiväistä tai lähes jokapäiväistä päänsärkyä. Se alkaa usein aamuyöllä, kun särkylääkkeen vaikutus loppuu. Särky on tylppää ja siihen voi liittyä pahoinvointia, ärtymystä ja univaikeuksia. Särky poikkeaa usein alkuperäisestä, hoitoa vaatineesta päänsärystä.

## Mistä särkylääkepäänsärky johtuu?

Mikä tahansa päänsäryn hoitoon käytettävä lääke voi aiheuttaa päänsärkyä, jos sitä otetaan liian usein tai liian pitkän aikaa. Kyseessä voi olla käsikauppalääke (ilman reseptiä ostettava lääke) tai reseptillä ostettava tulehduskipulääke, triptaani (migreenin täsmälääke) tai ergotamiini.

Eri lääkkeet aiheuttavat särkylääkepäänsärkyä erilaisilla mekanismeilla. Triptaanit ja ergotamiinit aiheuttavat ponnahdusvaikutuksen: särky alkaa kun lääkkeen vaikutus lakkaa. Tulehduskipulääkkeet luultavasti muuttavat aivoissa kipua välittävän hermojärjestelmän toimintaa. Kummassakin tapauksessa kivun lievittämiseen tar-

vittavan lääkeannoksen koko kasvaa lääkkeen käytön jatkuessa.

Samanlainen särky voi tulla kahvin, teen, kolujuominen tai kofeiinitablettien runsaasta käytöstä.

## Kuka voi saada särkylääkepäänsäryn?

Kuka tahansa, joka käyttää tavallisia tulehduskipulääkkeitä **useammin kuin kolmena päivänä viikossa pitempään kuin kolmen kuukauden ajan yhtäjaksoisesti**, voi saada päänsäryn jokapäiväiseksi harmikseen. Triptaaneilla, ergotamiinilla ja kodeiiniin tai kofeiiniin sisältävillä yhdistelmävalmisteilla raja on kaksi tai useampi käyttöpäivää viikossa.

Alkuperäinen särky voi olla tensiosärky (jännityspäänsärky) tai migreeni. Stressin, lihaskipujen tai jonkin muun päänsärkyä ylläpitävän syyn lisääntyessä myös kivut tihenevät. Lääkkeen käyttökerrat lisääntyvät ja lopulta käyttötarve tulee jokapäiväiseksi. Yritys vähentää lääkkeen käyttöä johtaa päänsäryn voimistumiseen. Tätä syöksykierrettä on vaikea katkaista.

**Särkylääkepäänsäryn kehittymiselle vaarallisinta on ottaa vaikka vain pariakin särkylääkettä päivässä pitkän aikaa. Sen sijaan isotkin annokset kerralla viikon tai kahdenkin ajan ovat turvallisia.**

# en käyttö

## Millaisia tutkimuksia tarvitaan?

Tärkeintä on tunnistaa, onko tavallinen päänsärky muuttunut särkylääkepäänsärkyksi. Erottelu perustuu potilaan kertomukseen, muiden vakavampien sairauksien pois sulkemiseen ja pääsärkypäiväkirjaan sekä rehelliseen laskelmaan siitä, kuinka paljon ja kuinka usein lääkettä on käytetty. Aivojen kuvantamista tarvitaan vain harvoin, eikä se takaa parempaa hoitoa.

## Kuinka särkylääkepäänsärystä voi päästä eroon?

Ainoa tapa katkaista lääkepäänsärky on lopettaa lääkkeiden ottaminen joksikin aikaa kokonaan. Se todella auttaa, mutta siihen voi mennä viikosta jopa kolmeen kuukauteen.

Lääkkeen voi lopettaa kerralla tai vähitellen lääkemannosta pienentäen kahden tai kolmen viikon aikana. Vieroituskuurin aikana runsas kofeiinittoman nesteen käyttö on tarpeen. Lääkkeiden lopettaminen kerralla aiheuttaa varmasti vieroitusoireita – pahenevaa päänsärkyä, pahoinvointia, ahdistusta ja univaikeuksia. Oireet ilmestyvät 48 tunnissa ja kestävät pahimmillaan kaksi viikkoa. Tämä on kuitenkin tehokkaampi tapa, sillä hidas vieroitus epäonnistuu useammin.

Lääkäri voi antaa lääkekuurin vieroitusjakson ajaksi. Nämäkin lääkkeet täytyy lopettaa jossakin vaiheessa ja joistakin potilaista onkin parempi olla ilman tukilääkitystä.

## Entä jos ei tehdä mitään?

Jos särkylääke pitää yllä päänsärkyä, sen käytön jatkaminen ei ole järkevää. Päänsäryt tulevat pahemmiksi eivätkä enää mene ohi särkylääkkeillä tai estolääkkeillä. Lääkkeet voivat myös vaurioittaa maksaa tai munuaisia

## Miten vältetään uudelleen koukkuun jääminen?

Vieroituksen jälkeen alkuperäinen särky (tenosiopäänsärky tai migreeni) palaa todennäköisesti jossakin vaiheessa. Päänsärlyn hoitoa on tällöin syytä miettiä yhdessä lääkärin kanssa.

Särkylääkepäänsäryllä on taipumus uusia helposti. Tarvittaessa lääkkeet voi aloittaa uudelleen, kuitenkin vasta useita viikkoja vieroituksen jälkeen. On vältettävä lääkkeiden ottamista pitempään kuin kolmena päivänä peräkkäin tai kolmena päivänä viikossa. Jos kipua lievittävät lääkkeet ovat tarpeen useampana kuin viitenä päivänä kuukaudessa, säännöllisesti käytettävä estolääke voi säästää uudelta särkylääkekierteeltä.

**Älä lisää lääkitystä  
omin päin**

**Ole yhteydessä lääkäriisi, jos  
päänsärky ei mene ohi tai jos  
se tulee pahemmaksi.**



## Asiantuntijana

Neurologian erikoislääkäri Markku Nissilä

## Lisätietoja

[www.migreeni.org](http://www.migreeni.org)

**Esite on tuotettu  
Raha-automaattiyhdistyksen tuella**

